

**„Musik zum Streicheln“
als therapeutisches Hilfsmittel bei
TINNITUS + (MIGRÄNE) + SCHLAFLOSIGKEIT**

Vortrag von JOHANNES R. KÖHLER an der KARLS-UNIVERSITÄT in
PRAG anlässlich des Weltkongresses der Neurootologie 2000

Die Ohnmacht des „Nicht - abstellen - Könnens“ der Ohrgeräusche ist das Grundübel, das die Seele eines Tinnituspatienten krank werden lässt - und gerade eine kranke Seele hat verheerende Auswirkungen auf das tägliche Leben.

Das „Nicht - mehr - richtig - abschalten - können“ beeinträchtigt einerseits die Lebensfreude, das - auf Grund der ständigen Ohrgeräusche „nicht -mehr richtig schlafen - können“ oder „ausschlafen können“ - führt andererseits zum Verlust der körperlichen Widerstandskraft. Auch die Lebensqualität nimmt ab und führt teilweise zu Depressionen oder Aggressionen. Das ganze Leben „macht einfach keinen Spaß mehr“, man fühlt sich als „Verlierer“ oder verloren.

So in etwa kann ich dieses Krankheitsbild aus meiner Sicht zusammenfassen, wobei für mich, in der die Rolle des Komponisten und Nichtmediziners, die „belastete und gequälte Seele“ im Mittelpunkt steht.

Es ist allgemein bekannt, dass Musik schon immer eine eindringliche Wirkung auf das Gefühlsleben des Menschen hatte. Doch **w e l c h e Musik für w e l c h e n Zweck?**

Vielleicht Bach - Beethoven - Mozart- - Verdi, als seelische Therapie?

Hier stellt sich die Frage: „Unter welchen Voraussetzungen oder in welcher Zeit wurde diese Musik komponiert?“

**Schauen wir kurz auf die Entwicklungsgeschichte der Musik der Neuzeit
Hier gibt es für mich **v i e r** bemerkenswerte Epochen:**

Erst lebte die Musik in Kirchen und Klöstern zum Lobe Gottes, danach hielt sie Einzug bei Hofe, zur Erbauung und Ergötzung von Königen, Fürsten und Adligen.

Später dann, durch die Oper und den Beginn der Klassik, kam auch der einfache Bürger in den Genuss der Kunstmusik.

Die Romantik des 19.Jahrhunderts bereicherte schließlich die Musik mit einer besonderen seelischen Empfindungswelt. Komponisten wie Schumann oder Chopin setzten durch ihre Musik die innersten Regungen der Menschen frei.

(2)

Leider wurde der Mensch mit dem damals beginnenden Zeitalter der Industrialisierung und dem damit verbundenen rasanten Fortschritt der Technik gezwungen, seine Seeleninhalte wieder zu vergessen, oder sie zumindest zu verdrängen. Sich wiederholende weltweite Wirtschaftskrisen und die beiden Weltkriege mit ihren verheerenden Folgen, hatten großen Anteil an der „Vernachlässigung der Seele.“

Jeder, der diesem Wahnsinn entronnen war, wollte als Erstes wieder einmal „richtig satt“ sein, wollte es wieder „zu etwas bringen“, niemand fragte dabei nach seiner Seele.

Aus dem „Etwas-erreichen-wollen“ ist inzwischen ein „Etwas-erreichen-m ü s s e n“ geworden. Leistungsdruck und Leistungserwartung stiegen und steigen noch immer weiter, sie haben längst schon bei den Kindern eingesetzt, Versagensangst und die Flucht in Drogen sind die Folgen. Wen wundert es da, wenn die Weltgesundheitsorganisation in einer Studie voraussagt, dass in den nächsten 25 Jahren mehr Menschen an den Folgen von Zivilisationskrankheiten sterben werden, als an Krebs oder Infektionen.

Doch lassen Sie mich wieder zurückkommen zu der Frage:

„W e l c h e Musik bei w e l c h e m Anlass?“

Um einen Menschen innerlich zu entspannen, kann keine Musik zu Hilfe genommen werden, die von ihm entweder Aufmerksamkeit oder Mitdenken verlangt oder ihn aufpuscht und aufwühlt.

Es muss eine Musik sein, die dem HARMONIEBEDÜRFNIS seiner SEELE entspricht, eine Musik, die RUHE verbreitet, der man nicht „z u h ö r e n“ muss - sondern die „e i n f a c h n u r d a“ ist.

Das mag sich im ersten Moment seltsam anhören, denn man ist geneigt zu fragen „ warum - bitte schön - man Musik spielen solle, der man dann nicht zuhören bräuchte?“

Dieses Paradoxon verliert jedoch genau dann seine Gültigkeit, wenn der betreffende Mensch seine i n n e r e R u h e verloren hat, ganz egal aus welchem Grund. Aus meinen jahrelangen Erfahrungen, durch persönliche Kontakte, aus Hunderten von Briefen, weiß ich, dass viele Menschen in die „Welt m e i n e r Musik“ flüchten, zum Beispiel:

w e n n sie große Trauer zu bewältigen haben,

w e n n sie sich mit einer schweren oder unheilbaren Krankheit abfinden müssen, w e n n sie mit dem Alltagsstress, mit ihren Sorgen und Nöten nicht fertig werden.

Im Gesundheitsmagazin des Bayer. Fernsehens, „DIE SPRECHSTUNDE“ war in einer Sendung mit Frau Dr.A.KÜHNEMANN meine „Musik zum Streicheln“ Inhalt dieser Folge mit dem Thema: „Musik als Medizin.“

Im Laufe der Sendung kamen die verschiedensten Menschen zu Wort, die unter anderem schwere und schwerste Krisen zu bewältigen hatten.

Eine Frau aus München, die innerhalb kürzester Zeit ihren Mann durch Krebs und ihren einzigen Sohn durch einen Verkehrsunfall verloren hatte, sagte: "Ich dachte, ich e r f r i e r e an meiner inneren Einsamkeit. Dann bekam ich von Freunden -Musik zum Streicheln- geschenkt. Ich hörte sie Stunden lang und weinte dabei so lange, bis ich vor Erschöpfung eingeschlafen war. Ich hörte auch am nächsten Tag wieder diese Musik und von diesem Zeitpunkt an ging es mir besser.

In der großen KINDER-u.BEHINDERTEN -KLINIK LOBETAL bei Celle werden schwer- und schwerstbehinderte Kinder therapeutisch mit der „Musik zum Streicheln“ betreut und während der Behandlung dieser hilflosen Patienten zaubern diese Melodien oft ein entspanntes und zufriedenes Lächeln auf ihre Gesichter.

Der KARDIOLOGE PROF.Dr.P DEEG aus Bad Kissingen berichtete, dass seine Patienten nach dem Hören meiner „Musik zum Streicheln“ wieder ruhiger werden, Pulsfrequenz und Blutdruck fallen in den Normbereich zurück, nachdem beide vorher aus Angst vor der Untersuchung erhöht waren.

LEHRER berichteten von positiven Wirkungen, wenn sie die „Musik zum Streicheln“ v o r und während des Unterrichts spielten. Unzählige AUTOFAHRER lassen sich damit beruhigen, wenn die Hetze und Wucht des Verkehrs überhand nimmt.

In einem der vielen Briefe, die ich im Laufe der Zeit bekommen habe, schrieb mir ein Mann, dass er K r e b s im E n d s t a d i u m habe und mit meiner „Musik zum Streicheln“ auch sterben möchte. Einige Wochen später schrieb mir seine Frau wörtlich: "Er starb ganz ruhig - mit meinen Händen auf seinem Herzen und Ihrer Musik im Ohr.

(4)

Der NEUROOTOLOGE PROF.DR.C.CLAUSSEN, Extraordinarius der Uni Würzburg, wiederum, hat meine „Musik zum Streicheln“ als w i r k s a m e s und h e l f e n d e s THERAPEUTIKUM bei TINNITUSERKRANKTEN entdeckt.

„Man muss Ihrer Musik n i c h t zuhören, aber sie f e h l t, wenn sie n i c h t spielt !“ so formulierte es einmal ein Mann in einem persönlichen Gespräch bei mir im Geschäft und er t r i f f t damit genau den „entscheidenden Punkt.“

Um meine „Musik zum Streicheln“ zu hören, muss man **k e i n e** Zeit, die man sowieso **n i c h t** hat, **a u f w e n d e n** , man muss sich nur **d a m i t u m g e b e n** .

Sie entspricht dem in die Seele gelegten, angeborenen, aber oft unbewussten Harmonieverlangen, gleichzeitig ist die Ausgeglichenheit der Abmischung so **a b g e s t i m m t**, dass es zu keinen „Aufwallungen“ des Gemüts kommt, es gibt keine „Aufregung durch aufdringliche Dynamik“, der **R h y t h m u s** ist entweder ganz weich und sanft, oder aber überhaupt nicht bemerkbar. Es genügt, wenn man die gewünschte Lautstärke einstellt, es bleibt immer ein „sanfter Klangteppich,“ egal ob nun ein Soloinstrument allein oder das gesamte große Streichorchester spielt. Dieser Klangteppich „umschließt“ hier in unserem Fall die „Ohrgeräusche“ des Tinnituspatienten.“

Zu dem wunderbaren Gefühl, die „Ohrgeräusche“ bei „dieser Musik“ nicht mehr zu hören, kommt noch etwas **s e h r** Wesentliches, Entscheidendes dazu:

Meine, für den Hörer bisher unbekanntes und völlig neuen Melodien, lösen im Inneren eine „völlig neue Empfindungswelt aus“, die wiederum zu einer beglückenden „Hörbefriedigung der Seele“ führt. Dies ist aber nur zu erreichen, wenn gleichzeitig auch das „innere Harmoniebedürfnis“ gestillt wird.

Wenn nun die erwähnte und möglicherweise „unbewusste Hörbefriedigung der Seele“ eintritt, tritt gleichzeitig damit auch eine „innere Entspannung“ ein, die zu Ruhe und letztendlich in den so entbehrten und „ersehten Schlaf“ führt.

Als natürlichste Sache der Welt kann sich dann der Mensch im „Schlaf erholen“ und „neue Kräfte“ sammeln.

So wird er „innerlich“ wie „äußerlich“ wieder „ausgeglichen“, er erhält mehr und mehr, trotz seines Leidens, seine frühere „Freude am Leben“ zurück.

Nicht zuletzt deshalb, weil er nun weiß, dass er die Möglichkeit hat, mit Hilfe der „Musik zum Streicheln“ zumindest zeitweise dem „Ohrgeräuschterror“ zu entrinnen.

(5)

Diese Tatsache „erleichtert“ ihm den Umgang mit seinem „täglichen Plagegeist Tinnitus.“

Wenn Sie mich nun fragen, **w a r u m** ausgerechnet meine Musik ,die „Musik zum Streicheln“ vielen Menschen als **H i l f e** dient, dann kann ich mich nur dahingehend äußern, dass ich weder nach bestimmten Methoden oder Schemata komponiere, ebenso wenig wie auf Befehl oder Nachfrage.

Wenn mir danach ist - oft ist dies Wochen lang nicht der Fall - setze ich mich an meinen Flügel und dabei lässt meine innere Empfindungswelt Melodien entstehen, die sich später, nach klanglicher Umsetzung mit den MÜNCHNER SYMPHONIKERN, auf das „Seelenleben“ vieler Menschen übertragen und ihnen helfen mit ihrer T r a u e r ,mit ihrer K r a n k h e i t mit ihrer H i l f l o s i g k e i t den verschiedensten P r o b l e m e n gegenüber, und - wie hier in unserem Fall - mit dem T i n n i t u s besser fertig zu werden, besser damit leben zu können ,wieder ein unbeschwerteres Leben, “w i e d e r m e h r L e b e n s f r e u d e“ zu haben.

Diese Erfahrungen habe ich - wie vorher schon erwähnt - in den letzten 25 Jahren in unzähligen persönlichen Gesprächen und Briefen „vieltausendfach“ gemacht und, wie Sie sicher verstehen können, machen mich, als Komponisten der „Musik zum Streicheln“, diese Geschehnisse sehr, sehr glücklich und geben meinem musikalischen Schaffen im nachhinein einen wunderbaren, für mich nicht vorhersehbaren, Sinn. Die Bezeichnung „Musik zum Streicheln“ habe ich ganz bewusst gewählt, weil ich mit meiner Musik d i r e k t e n Kontakt zur „Seele“ aufnehmen, ihr Innerstes „berühren“ und „streicheln“ wollte, denn letzten Endes „entscheidet“ die „emotionale Befindlichkeit der Seele“, ob ein Mensch g l ü c k l i c h s e i n oder w e r d e n kann.

EMPFEHLUNG:

Als Einsatzmöglichkeit bei Schlaflosigkeit gibt es eine Sonderausgabe: „Musik zum Streicheln“ - b e r u h i g e n d (als CD oder MC).

Verschiedene internationale Professoren der Neurootologie haben die „Musik zum Streicheln“ getestet und geprüft und nach Eignung zusammengestellt aus der CD „Innigkeit“ + der CD „Behutsamkeit.“

(J o h a n n e s R. K ö h l e r)